

CONSEJOS DE SEGURIDAD



De noche o en días con escasa visibilidad, es obligatorio que enciendas el alumbrado de la bicicleta (luz roja detrás y luz blanca delante) y utilices una prenda reflectante.



No puedes conducir una bicicleta y utilizar simultáneamente el teléfono móvil o auriculares conectados a reproductores de sonido.



Es obligatorio que uses el casco en todas las vías interurbanas.



Señaliza con suficiente antelación las maniobras, haciendo las señales reglamentarias con los brazos.



Circula siempre en fila o en columna de a dos.

PEREGRINAR A COMPOSTELA EN BICICLETA



PREPARA TU VIAJE



LA CARGA

Debes distribuirla uniformemente en las alforjas para facilitar la dirección y el equilibrio de la bicicleta.



SEÑALIZACIÓN

1. De la ruta

Las rutas son fácilmente identificables gracias a su señalización específica.

2. De las maniobras

Es importante que indiques con suficiente antelación las maniobras que pretendas realizar. No olvides que si viajas en grupo, sólo está permitida la circulación en fila o en columna de a dos.



LA CLIMATOLOGÍA

En invierno, dificultades añadidas. Ten en cuenta que la orografía y las cuantiosas precipitaciones en Galicia, hacen que la época más recomendable para hacer el camino sea de mayo a septiembre.



SEGURO DE ACCIDENTES

Es recomendable que contrates un seguro de accidentes para tener cobertura de asistencia en viaje.



ESTUDIO DEL ITINERARIO: ORGANIZACIÓN DE LAS ETAPAS

Antes de emprender el Camino, es conveniente realizar una programación de las etapas, pues no todas las rutas presentan la misma dificultad ni son igual de largas.



APUESTA POR TU SEGURIDAD, HAZTE VISIBLE

De noche o en días con escasa visibilidad, lleva siempre prendas o elementos reflectantes, que te permitan ser visible, como mínimo, a 150 m.



PUESTA A PUNTO DE LA BICICLETA

La bicicleta debe estar en perfectas condiciones para emprender el camino.

Para ello, presta especial atención a:

1. Los sistemas de alumbrado y de frenado

Recuerda: luz blanca delante y luz roja detrás. Refuerza siempre la visibilidad con una prenda reflectante.

2. El kit de reparación de pinchazos

